ROK IX
Nr. 13—14.

10 Lipca 1935 r.

Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 1 zł.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

Czy gruźlica chirurgiczna jest zakaźna dla otoczenia?

Gruźlica jest chorobą zaraźliwą. Głównem źródłem zakażenia jest zazwyczaj osobnik chory na gruźlicę. Ogniska gruźlicze w ustroju przy rozpadach powodują wydalanie się laseczników gruźliczych, które mogą być przyczyną zakażenia osób, stykających się z chorymi na gruźlicę.

Lecz ilość laseczników wydalanych przez chory ustrój zależy w ogromnej mierze od stanu tych ognisk gruźliczych, jak również i od umiejscowienia ognisk gruźliczych.

Największa ilość laseczników jest wydalana w gruźlicy płuc. A zarazem i sposób wydalania tych laseczników z ustroju przedstawia największe niebezpieczeństwo dla otoczenia. Laseczniki często bardzo licznie wylatują przy kaszlu z ust chorego w drobniutkich kropelkach plwociny. Przedostając się wraz z wdechanem powietrzem do dróg oddechowych powodują one zakażenie się ustroju. Od ilości wprowadzonych do ustroju laseczników, od częstości tych zakażeń i od stanu odporności zakażonego ustroju zależą jego losy.

Laseczniki są wydalane z ustroju również i przy innych cierpieniach gruźliczych. I tak są wydzielane one z kałem w gruźlicy jelit, z moczem w gruźlicy nerek lub pęcherza, lecz ilość ich zazwyczaj w tych przypadkach jest znacznie mniejsza, a możność przedostania się do ustroju innych osobników jest bardzo ograniczona.

Każda prenumeratorka, pragnąca rozwoju dwutygodnika

Młoda Matka,

stara się o rozpowszechnianie pisma i zdobycie choć jednej prenumeratorki.

Nie ulega żadnej wątpliwości, że gruźlicze schorzenie stawów i kości, tak często spotykane szczególnie u dzieci, może przebiegać z wydalaniem laseczników gruźliczych na zewnątrz, lecz ma to miejsce wyłącznie przy równoczesnem istnieniu ropiejących przetok. Dotyczy to również i gruźlicy gruczołów podszczękowych i innych gruczołów obwodowych.

Lecz ilość wydalanych laseczników w tych przypadkach jest zazwyczaj bardzo mała, tak że wykrycie obecności laseczników gruźliczych w ropie z przetok nasuwa zazwyczaj duże trudności przy badaniu mikroskopowem.

Przy braku przetok, o ile, rozumie się, niema jednocześnie czynnych ognisk gruźliczych w płucach, chorzy ci nie przedstawiają żadnego niebezpieczeństwa dla otoczenia.

Gruźlica skóry pod tym względem również w ogromnej większości przypadków nie nasuwa większych obaw. W samej skórze gruźliczo zmienionej ilość laseczników gruźliczych jest zazwyczaj bardzo mała, a rozpad ognisk gruźliczych jest tu zazwyczaj bardzo ograniczony.

Stąd często obawa przed możliwością zakażenia się gruźlicą od osobnika, wykazującego zmiany gruźlicze gruczołów obwodowych, względnie stawów i kości, jak również i skóry jest nieumotywowana.

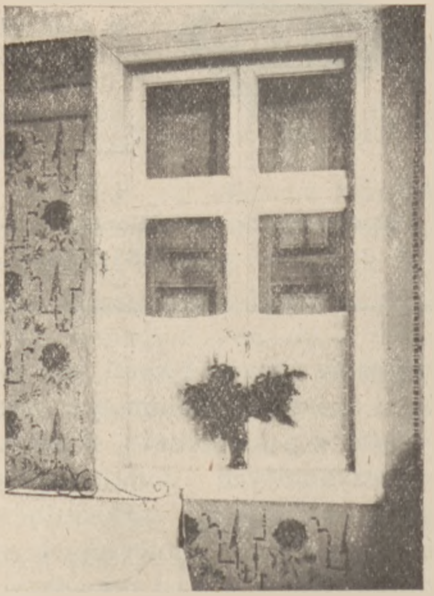
Matki w pensjonatach, w domach wypoczynkowych żądają często usunięcia dzieci, wykazujących zmiany gruźlicze powyższych narządów. Nie ulega, co prawda wątpliwości, że bardzo rozległe zmiany skóry, mogą wywoływać wrażenie odrażające wśród otoczenią, stąd nie jest pożądane obcowanie tych chorych z dziećmi, lecz, o ile dziecko, według opinji lekarza, może obcować z dziećmi zdrowemi, o ile lekarz wykluczy możliwość istnienia innych ognisk gruźliczych, powodujących obfite wydalanie laseczników gruźliczych, dzieci te mogą przebywać z innemi dziećmi bez szkody dla tych ostatnich.

Dr. S. Popowski.

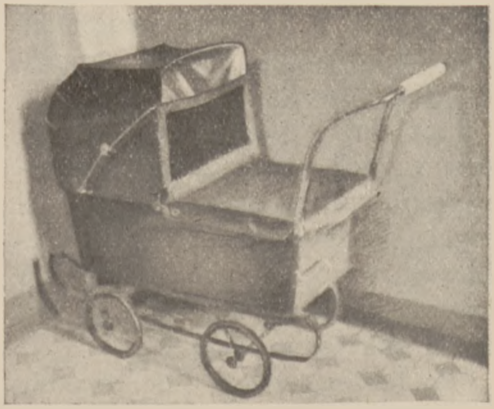
Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Nie przegrzewać dzieci!

Mamusiu! Nie gniewaj się, jeśli się powtarzamy! Sprawa ta jest zbyt ważna, by nie przypomnieć o niej jeszcze raz.



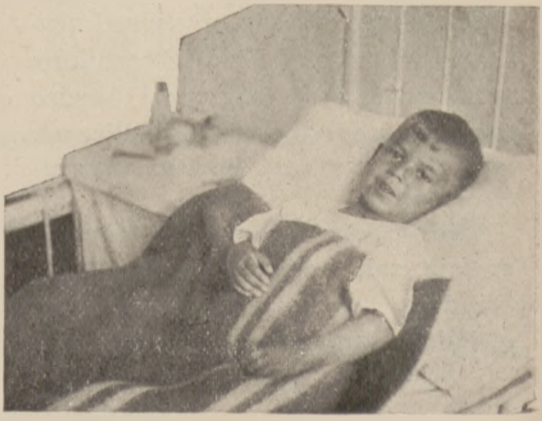
Duszno i gorąco w mieszkaniu w nocy po zamknięciu okiennic.



Zwłaszcza, musi cierpieć dziecko, gdy śpi w ceratowym wózku.



Latem w beciku dziecko wprost kąpie się w swym pocie.

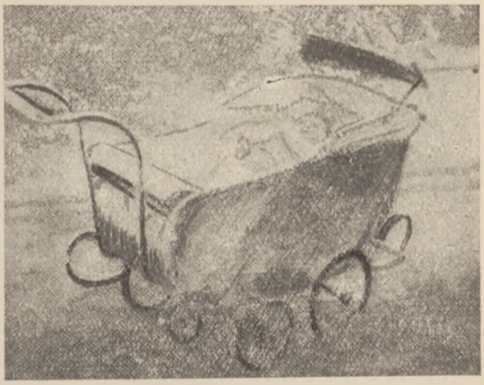


Starszemu pod kołdrą czy pledem w lecie jest również zbyt gorąco, wystarczy prześcieradło albo... nic.

Skutki przegrzewania są często o wiele groźniejsze, niż skutki przeziębienia. Obawa przed przeziębieniem nie powinna dochodzić do przesady.



W dzień wszelkie sweterki i kaftaniki powodują przegrzanie.



Opalanie dzieci na słońcu bez potrzeby jest wprost niebezpieczne.



Jak dobrze spać przy otwartem oknie! Kraty żelazne lub żaluzje obronią doskonale przed nieproszonymi gośćmi.



W upalne dni na wsi dzieci mogą biegać nago lub w kostjumach kąpielowych.

Dostateczna ilość płynów łagodzi złe skutki przegrzewania.



Matko! Pamiętaj że niemowlę nie umie zawołać — pić!



Najlepszym napojem jest przegotowana woda, lekko osłodzona herbatka. Limo-



niada lub sok cytrynowy znakomicie gasi pragnienie.



Niemowlęciu śmiało można dać napój o temperaturze pokojowej, starszym dzieciom — chłodniejszy.

W butelce czy w dzbanku porcelanowym (przykrytym) zawsze winna stać świeża limoniada domowa.

Dr. M. ZAKS.

„Precz z koziem mlekiem".

Co pewien czas jesteśmy świadkami różnych „nowości" w odżywianiu niemowląt. Próbowano różnych dróg, propagowano rozmaite mieszanki „najidealniejsze" dla dziecka, starano się wszelkiemi sposobami „zastąpić" matkę w karmieniu niemowląt. Trzeba było poświęcić wiele czasu, długiego szeregu prób, doświadczeń, badań chemiczno-laboratoryjnych, porównawczych by dojść w końcu do zasadniczego wniosku, że najodpowiedniejszym pokarmem dla niemowlęcia jest pokarm matki — mleko kobiece.

Na podstawie liczb porównawczych, które dzieci lepiej wychowują się, lepiej przybierają na wadze, rosną, mniej chorują, zwłaszcza na zaburzenia żołądkowe, wykazują większą odporność na czynniki zewnętrzne, wymownie przekonano się, że grupy dzieci, karmione piersią matki dały jak najlepsze wyniki.

Statystyka śmiertelności niemowląt karmionych piersią a karmionych sztucznie jest w swej wymowie zastraszająca.

Dzieci karmione sztucznie o wiele częściej zapadają na zaburzenia żołądkowo-jelitowe i z tego powodu giną.

Zmęczeni codziennemi licznemi swemi troskami zapominamy o niebezpieczeństwach, grożących naszym najukochańszym.

Pracy wielu, wielu lekarzy zawdzięczamy prawdziwe „postępy" — w metodach odżywiania i „prowadzenia" dzieci.

Mleko kobiece, krowie, kozie napozór jednakowe różni się wiele w swym składzie, inne zawierają ilości białka, tłuszczu, cukru, soli. Poza temi różnicami każde z nich inne będzie miało „cechy biologiczne"—wiemy już coś o witaminach, słyszeliśmy coś niecoś o specjalnych fermentach — zaczynach w mleku.

Cech tych na oko nie da się ustalić. Rozumiemy jednak, że mimo pewnego podobieństwa zewnętrznego pokarmu i mleka krowiego, koziego — pokarm matki zasadniczo będzie inny.

Czy będziemy tak czy siak rozcieńczać mleko krowie, kozie — zawsze otrzymamy pewien „produkt sztuczny".

Za karmieniem niemowląt własną piersią matki wypowiedziały się największe autorytety świata lekarskiego.

Dokarmianie dziecka, odżywianie mieszankami uważamy „za zło

konieczne“ — unikamy go, gdzie tylko jest to możliwe. Zdawałoby się, że sprawa jest załatwiona, jasna, nie podlega już dyskusji i wywlekaniu na światło dzienne.

A jednak? W samej Warszawie możemy spotkać na ulicy wózek ozdobiony piękną, wypchaną kozą — rozwożący „kozie mleko“ — dla niemowląt.

Co za cudo, z jakiego wieku się wzięło? Słyszę jeden ważki argument za koziem mlekiem. Kozy na gruźlicę nie chorują. Można pić mleko niegotowane. Na miłość Boską — czy małemu podamy go w tej postaci? A kto zaręczy za ludzi, którzy to „mleko“ rozwożą.

Argument „pewności“ koziego mleka upada. Nie wolno również zapominać, że dzieci karmione wyłącznie koziem mlekiem cierpią na anemję.

Rozumiem, źle jest, ciężko, „bida“ — koza się badylem naje i mleko da. Zostawmy ją więc dla tych naprawdę nieszczęśliwych ludzi, a przy należytej organizacji i dobre mleko krowie da się „handlowo“ wykalkulować taniej. Naprzekór wszystkim zdrowym zasadom, długoletniej pracy oddanych dzieciom ludzi — wyjechała koza „na Marszałkowską“. — Dobry żart — i odpowiedni symbol dla tych, którzy kozie mleko propagują. Jedyna odpowiedź — precz z koziem mlekiem!

Dr. S. B.

Jak matka może ułatwić sobie życie przy wyjeździe na wieś?

Temat niewyczerpany. Przepisów można znaleźć tyle, ile rodzin wyjeżdża na letnisko.

Pewien plan „przygotowania“ sobie wcześniej wielu niezbędnych rzeczy. Nie odkładajmy tego na ostatnią chwilę; zbieranie rozmaitych przedmiotów, rzucanych w ostatniej chwili przed wyjazdem do koszów źle tylko będzie mówić o zmyśle organizacyjnym matki. Pierwsze dni takiej gospodarki na wsi będą powodem stałego zdenerwowania.

Rzecz jasna — zgóry należy ustalić, co ze sobą mamy zabrać. Zabierajmy tylko rzeczy konieczne a fatałaszki wszystkie zostawmy w domu.

Z bielizny niemowlęcia poza koszulkami, majteczkami letniemi i cieplejszemi (na chłodną porę lata), pieluszkami zaopatrzmy się w białe kapelusze z rondami, będziemy przecież brzdąców trzymali na powietrzu, a może trochę i na słońcu. Zabierzemy również rękawice kąpielowe, duże ręczniki, prześcieradła, koce.

Ubranka na zmianę, zwłaszcza te nie od święta, a na codzień. Muszą one być praktyczne, swobodne, łatwe do prania, proste w kroju.

Z rzeczy gospodarskich — dla najmniejszych przygotujemy osobne garnuszki, kubki, (najlepiej aluminjowe), lejek, sitko, flaszki, „z gramami“, większy garnek, gdzie możnaby trzymać butelki z mieszankami w zimnej wodzie. Wanienka do kąpieli.

Jedziemy z dziećmi na wieś — konieczna jest „apteczka domowa“. Pisałem już o niej w Młodej Matce.

Opuszczamy mury miast po to, by wypocząć. Wszyscy z utęsknieniem czekamy na tę chwilę wyjazdu. Układamy sobie plan jak najlepszego wykorzystania miesięcy letnich.

Przyjrzyjmy się jednak pracy matek, ile zapobiegliwości, ile trudów co dnia musi wykonać, by sprostać swym obowiązkom. Dziecko absorbuje jej cały dzień.

Łatwo jest zabrać ze sobą wykwalifikowaną opiekunkę do dziecka. Wychowawczynię..

Ale czy dzisiaj stać nas na to? Nie.

Cały ciężar opieki nad dzieckiem spada na matkę. Uratować ją może dobra organizacja pracy.

Doskonale ułożony program dnia, co do godziny obliczone zajęcia

i matce dadzą chwile wytchnienia.

Po pierwsze jeśli chodzi o niemowlęta, musimy zorganizować dostawę mleka, przygotowanie mieszanek. Szczęśliwe są te młode matki, które karmią piersią swe maleństwa.

Przestrzeganie godzin karmienia uchroni dzieci przed przykremi zaburzeniami żołądkowo - jelitowemi. Biegunki nie będą zmorą miesięcy letnich. Waga (a tę należałoby ze sobą zabrać) będzie wskaźnikiem dobrego rozwoju naszych małych pociech.

Mieszanki możemy przygotowywać dwa razy dziennie. Np. 3 porcje rano, 2—3 porcje w południe.

Przechowujemy je dobrze zakryte w zimnem miejscu w piwnicy, bądź większem naczyniu w zimnej, często zmienianej wodzie.

Niemowlę dostatecznie i w swoim czasie nakarmione będzie spokojne. Spać może na dworze w cieniu, a wtedy, korzystając z dogodnej chwili można doprowadzić do porządku bieliznę dziecka bądź też zasłużenie wypoczywać.

O wiele większy jest kłopot ze starszemi dziećmi, ale tutaj tembardziej jest potrzebna dobra organizacja, systematyczność w prowadzeniu dziecka. Pomoc ojca lub najbliższych (spacery, zabawy) dadzą matce chwile wypoczynku.

Dajmy dzieciom dużo swobody, ruchu, zabawy. Ustalmy jednak ściśle godzinę posiłków. Ile zawsze na to narzekania! Wieczorem zaś po dobrym wypoczynku wcześnie kładźmy je spać.

Po całodziennych harcach dobry, długi sen jest koniecznością dla nich, a ty biedna umęczona matko masz przynajmniej ten wieczór dla siebie wolny.

Dr. St. Bielobradek.

Mleko w różnych potrawach

Dzisiejsze zasady higjeny z wielkim naciskiem podkreślają konieczność podawania dziecku odpowiedniej ilości mleka. Nie wchodząc w szczegółowe wyliczenie, można tę ilość tak określić: dziecko od lat 2 do 7 powinno dostać około ½ l. — powyżej 7 lat może (ale nie musi) ta ilość być zmniejszona do 1½ szklanki dziennie.

Główna przyczyna, dla której trzeba tak dbać o odpowiednią porcję mleka dla dziecka, to potrzeby rosnącego organizmu — mleko bowiem jest doskonałem i obfitem źródłem składników mineralnych, białka, witaminów i innych składników, które trudno czasami dostarczyć z innych produktów.

Jeżeli dziecko chętnie pije mleko, nie mamy z tem kłopotu — jeżeli nie chce, czy też nie może go spożywać, zaczyna się wtedy kłopot zupełnie poważny. W jednym z poprzednich artykułów omawiałam już konieczność starannego obchodzenia się z mlekiem, aby mleko nie nabierało złego smaku, jak również aby nie powstawał wstręt do mleka jako następstwo podawania złego (brudnego czy też zafałszowanego) mleka.

Wyobraźmy sobie, że obydwie te przyczyny zostały usunięte — rozporządzamy dobrem mlekiem, umiemy go doskonale gotować, tak że na stół zjawia się jako pokarm o dobrym smaku i przyjemnym zapachu, a pomimo to dziecko mleka „nie znosi". Jeżeli w tak dobitny sposób nazwiemy zwykłe zadawnione uprzedzenie dziecka, to pewna wytrwałość, dobry przykład, umiejętne i przystępne tłumaczenie potrzeby spożycia mleka może zaradzić złemu.

Większy kłopot jest jeśli dziecko nie znosi mleka rzeczywiście i dostaje swędzących bąbli, biegunki i t. d. Tu oczywiście ingeruje lekarz i wskazuje odpowiednią djetę. Matka jednak bez specjalnej decyzji ze strony lekarza nie powinna iść po pozornie najłatwiejszej drodze i skoro „nie znosi" — usuwać całkowicie mleko z codziennego pożywienia — może bowiem dziecku stać się krzywda.

Olbrzymie znaczenie posiada umiejętność przyzwyczajania dziecka do mleka, poczynając od małych ilości i przechodząc do większych. W tym wypadku należy jak najmniej, zwłaszcza z początku, podawać mleka samego, a skierować się do potraw i napoi, które dziecko lubi, a które można przygotowywać z dodatkiem mleka, bez

ujawniania wyraźnego smaku mleka.

Wspomnę tylko, że ogólnie znane napoje: bawarka, kakao owsiane, kawa zbożowa są lepiej przyjmowane przez dzieci, niż czyste mleko.

Napoje owocowo-mleczne zasługują na więcej uwagi, jako mniej znane, smaczne, pożywne i mogące oddać duże usługi w razie konieczności intensywnego odżywiania, a także przy utracie łaknienia w czasie upałów lub podczas gorączkowych chorób. Ogólnie biorąc napoje te przygotowuje się według następującego przepisu: *Proporcja:* ¼ szklanki soku owocowego (poziomki, truskawki, maliny, porzeczki, wiśnie, żórawiny i t. d.); ¾ szkl. mleka i 1½ dkg. mączki cukrowej.

Przebrane i umyte owoce zmiażdżyć w garnku tłuczkiem lub łyżką; wycisnąć sok przez kawałek płótna; sok rozbić z cukrem; przegotowane i ochłodzone mleko wlewać powoli, ubijając trzepaczką.

Napój ten jest najsmaczniejszy, gdy jest podany zimny — nadaje się nie tylko dla dzieci, ale i dla dorosłych.

Mleko z dodatkiem łyżeczki soku cytrynowego, silnie roztrzepane, jest napojem zalecanym przez djetetyków, jako specjalnie łatwostrawny przy pewnych niedomaganiach przewodu pokarmowego. Sernik występuje tu w postaci bardzo delikatnych strzępków.

Sposoby przyrządzania potraw z mlekiem są w naszej kuchni bardzo mało urozmaicone — jeżeli się powie zupa mleczna, to na myśl przychodzi: kasza na mleku, zupa „nic". Tymczasem jest wiele zup smacznych, łatwych do przyrządzenia, tanich i pożywnych, które można wykonać w połączeniu z owocami, jarzynami, np.: zupa poziomkowa, malinowa, zupa ze słodkiej kapusty, kalafiorowa i t. d.

Przepisów zup jak i innych potraw nie wymieniam, ponieważ zostały zebrane i wydane w książce p. t. „Mleko i jego użytkowanie w gospodarstwie domowem" (Bibljoteka Instytutu Gospodarstwa Domowego. Wyd. Atlas). Zaznaczam tylko, że mleko użyte jako podstawa zup lub też do ich podprawienia, podnosi ich wartość odżywczą, a dobry, pomysłowy przepis i dokładne wykonanie daje dobry efekt.

Przy przyrządzaniu wszelkch klusek używać można mleko do zagniatania mąki np. kluski krajane, zacierki i t. p. Przy gotowaniu klusek kładzionych czy też lanych dodatek mleka podnosi ich smak i wydajność. Podam mało znany przepis klusek parzonych, dobrych także jako dodatek do zup.

Proporcja: 1 szkl. mąki, ½ szkl. mleka, 1 jajko, soli do smaku. Zagotować mleko i zaparzyć przesianą mąkę, dodając stopniowo mleko w czasie rozbijania. Gdy ciasto jest równomiernie wyrobione i chłodne wbić żółtko, dodać pianę przesypując odrobiną mąki. Klaść łyżką

równe kluski na osoloną wodę i wyjmować, gdy podpłyną pod górę. Podawać polane masłem.

Gotując kasze na mleku, należy pamiętać, że mleko długo ogrzewane traci dużo ze swych wartości. Dlatego grube kasze, wymagające długotrwałego gotowania, należy po wypłókaniu moczyć przez kilka godzin, podgotować w wodzie, w której moczyły się, a mleko wlewać pod koniec gotowania. Unikniemy wtedy łatwiej tak bardzo nieprzyjemnego dla smaku przypalania kasz, następującego jako skutek przywierania do dna wygotowanego kleju z kaszy, który wraz z mlekiem przypala się bardzo szybko.

Mleko używane przy gotowaniu jarzyn może oddać bardzo duże usługi, gdyż popierwsze podnosi wartość odżywczą potrawy, a powtóre poprawia smak jarzyn, które pod koniec zimy, wiosną są już niebardzo smaczne.

Podam przepis kapusty włoskiej, która smakuje jak kalafjor. *Proporcja:* 1 główka kapusty włoskiej, 3 szkl. mleka, sól, 1 łyżka cukru, 2 łyżki masła, 1 łyżka bułki tartej. Kapustę pokrajać na ćwiartki i ugotować na mleku osolonem i ocukrzonem. Pod koniec gotowania, gdy kapusta prawie miękka, wyjąć kapustę łyżką durszlakową, polać masłem zrumienionem z bułką. Mleko, w którem gotowała się kapusta (jeżeli nie jest gorzkie — kapusta ma smak czasem bardzo intensywny), można zużyć na sos, który otrzymamy podprawiając łyżeczką mąki z dodatkiem kawałka masła i koperku. Tak gotowaną kapustę można zapiec pod beszamelem.

Najwięcej znane i stosowane w naszej kuchni są wszelkie słodkie dania, oparte o mleko, bądź też podane z sosami mlecznemi. Nie uważam za słuszne podawanie przepisów, których jest bardzo dużo we wszelkich książkach kucharskich. Nadmienię jedynie, że słusznem jest większe zużytkowanie do legumin — jak zresztą i innych potraw — raczej większej ilości mleka niż śmietany. Jeżeli bowiem chodzi o tłuszcz, to lepszym źródłem jego niż śmietana jest masło, które szczególniej w miastach sto-

sunkowo lepszej jakości możemy otrzymać niż śmietanę, o której dobry gatunek jest bardzo trudno.

W zeszłym numerze opisywałam sposoby przygotowania kefiru, zachęcając do przygotowania go w domu. — Może okażą się użytecznemi dla czytelniczek Młodej Matki moje doświadczenia nad użyciem kefiru w innych potrawach.

Otóż kefirem mocno kwaśnym, doskonale rozbitym można podprawiać zimne zupy np. chłodnik, można dodawać do sosów o intensywnym zapachu np. do sosu koperkowego, można wreszcie kefirem osłodzonym z dodatkiem śmietany (lub bez niej) zaprawiać sałatę zieloną. Wprowadza to pewną oszczędność i pozwala na obfity dodatek słodkiego sosu do sałaty, naogół tak lubianego przez dzieci. W pewnych wypadkach, gdy musimy ograniczyć tłuszcze w djecie dziecka, te sposoby bardzo ułatwiają przeprowadzenie dość przykrych ograniczeń.

Marja Kapuścińska.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

O przyczynach biegunek letnich u niemowląt.

1. *Jakie niemowlęta zapadają przeważnie na zaburzenia żołądkowo-jelitowe?*

Niemowlęta karmione sztucznie.

2. *Czy karmienie piersią chroni zatem przed biegunkami letniemi?*

Tak. Niemowlęta karmione piersią zapadają na biegunki znacznie rzadziej, przytem cierpienie to w tych wypadkach ma zwykle przebieg łagodny.

3. *Dlaczego niemowlęta karmione piersią tak rzadko zapadają na cierpienia żołądkowo-jelitowe?*

Bo pokarm matki prawie wcale nie zawiera bakteryj, jest łatwo strawny i najlepiej dostosowany do potrzeb niemowlęcia, co razem w dużym stopniu zabezpiecza dziecko przed biegunką.

4. *W jakich wypadkach sztuczne odżywianie bywa powodem zjawiania się biegunek?*

W wypadkach, gdy jest ono nieprawidłowe zarówno co do swej ilości, jak i jakości.

5. *Kiedy mówimy o nieprawidłowem odżywianiu pod względem ilościowym?*

Wtedy, gdy skład pożywienia jest dla danego wieku odpowiedni, ale dziecko jest przekarmiane lub niedokarmiane.

6. *A jakie odżywianie uważamy za nieprawidłowe pod względem jakości?*

Pożywienie o nieodpowiednim składzie (ale o tem decyduje lekarz), oraz złe mleko.

7. *Czy mleko może być rzeczywiście „złe“?*

Samo mleko, pochodzące od zdrowej krowy — w dodatku zaraz po udoju przegotowane — prawie nigdy złem nie bywa.

8. *Od czego zatem zależy jakość mleka?*

Od sposobu dalszego jego przechowywania, od zanieczyszczeń różnemi zarazkami, od parokrotnego gotowania, zbyt długiego przetrzymywania od chwili udoju do chwili spożycia i t. p.

9. *Czy tylko nieodpowiednie odżywianie bywa przyczyną biegunek?*

Nietylko. Biegunki mogą powstawać również na skutek różnych zakażeń ustroju dziecięcego (np. zakażenia przewodu pokarmowego, t. zw. zakatarzenia, zapalenia ucha środkowego, zapalenia płuc i t. p.).

10. *Czy zatem nietylko zakażenie przewodu pokarmowego, lecz nawet i innych narządów może wywołać biegunkę?*

Może.

11. *Jak to sobie wytłumaczyć?*

Przewód pokarmowy chorego niemowlęcia mniej sprawnie pracuje (gorzej trawi i wchłania) i stąd powstaje biegunka.

12. *Czy zabezpieczając wobec tego niemowlę przed różnemi zakażeniami chronimy je tem samem i przed biegunką?*

Tak.

13. *Co pozatem sprzyja w dużej mierze powstawaniu biegunek letnich?*

Nieodpowiednia pielęgnacja dziecka.

14. *W czem się może ona najczęściej przejawiać?*

W nieregularnem karmieniu, zbyt ciepłem ubieraniu, przegrzewaniu lub prażeniu niemowlęcia na słońcu, zaniedbywaniu spacerów na świeżem powietrzu i t. p.

15. *A czy samo przegrzewanie często powoduje biegunkę?*

Tak. Samo przegrzewanie może często prowadzić do ciężkich zaburzeń żołądkowo-jelitowych (patrz „Mł. M.“ Nr. 11).

Dr. P. Wójciak.



Podsłuchane rozmowy.

(Kolonje — letniska — kłopoty z dziećmi).

— Cóż to takiego piszesz?

— Spisuję sobie cykl zabaw i zajęć, jakie chcę przeprowadzić z dziećmi, z któremi wyjeżdżam na kolonje sierpniowe.

— Jesteś pod pewnym względem szczęśliwsza ode mnie. Prawda, że napracujesz się solidnie, ale w momentach zabawy z dziećmi masz łatwiejszy punkt zaczepienia. Z taką gromadką można zabawić się w „liska", w „farby", w „piłkę do dołka" oraz w tysiąc innych, nowych gier ruchowych i zabaw, które macie szczegółowo opisane w podręcznikach. Co do mnie, to nie powiem, żebym się czuła szczęśliwa, gdy moja trójka „piłuje" mnie często: „Mamusiu, baw się z nami... Mamusiu nam się nudzi"...

— Rozumiem, że w mieście, w mieszkaniu, mogą się nudzić... mogą się nawet dość często nudzić. Ale przecież teraz wyjeżdżacie na wieś.

— Właśnie. Na wsi jest taka historja: jeśli pozwolę im bawić się samodzielnie, to mogę ich pół dnia nie widzieć, a przez ten czas drżę cała, szukam i znajduję albo chlapiących się w strumyczku, albo zaszytych w kącie ogrodu... gdy zaś ich trzymam przy sobie, zaczyna się „piła". Już wszystkie „zabawowe" pomysły wyczerpałam; zresztą — widzę, że dzieci nudzą się nawet... podczas zabawy ze mną. No... bo wkółko to samo...

— Wcale im się nie dziwię. Dam ci maleńką radę. Przedewszystkiem, musisz się pozbyć nieuzasadnionych obaw. Trzeba dzieci przyzwyczajać do właściwej samodzielności. Jeśli w okolicy niema nic zdradliwego w rodzaju głębszej rzeki lub stromych wzgórz, to niech sobie dzieciaki „przepadną" na pół dnia. Niech się tylko opowiedzą, dokąd idą (bo o miejscu ich pobytu musisz zawsze wiedzieć) i niechaj wrócą na godzinę. Może się zdarzyć, że zapomną o czasie, albo może nie orjentują się w nim — wtedy należy pójść po nie. Pozatem — są sposoby utrzymania małych wędrowników w pobliżu. Oto przykłady:

Na wsi, gdzie byłam zeszłego roku, mieszkał nauczyciel z 7-letnim synkiem. Ten człowiek był bardzo zmęczony i pragnął za wszelką cenę odpocząć. Poradził sobie tak — w zakątku sadu, w którym stał ich domek, zbudowali wespół z syn-

kiem szałas z gałęzi, a potem — „Pustelnia dwojga tajemniczych samotników" (jak nazwali szałas) stała się ośrodkiem ich życia. Ozdobili ją wszelkiego rodzaju nadzwyczajnościami w postaci pięknych kamieni, piór znalezionych, gniazd, porzuconych przez ptaki i strąconych przez wicher z drzewa (tylko popsute gniazdo było przyniesione, całe — szło na drzewo zpowrotem), oraz innych osobliwości. Wokół szałasu biegły ścieżynki, oddzielające klombiki, w których zasadzono prawdziwe kwiaty. Juruś i klomby porobił, i ścieżki zrównał i kwiaty codzień podlewał... Ojciec mógł godzinami odpoczywać w leżaku. — Wakacje zeszły im znakomicie. Znałam również matkę, która miała tak jak ty: dwóch urwipołciów i jedną córeczkę. Otóż ona zaprosiła do wspólnych zabaw czterech małych sąsiadów i trzy sąsiadeczki, zorganizowała zastęp „czerwonych twarzy" chłopcom i wymyśliła „Krainę Dobrej Wróżki" — dziewczętom. Sześciu „Nieustraszonych sępów" miało moc zajęć, związanych z zastępem: szałasy, kopanie fos, sypanie wałów obronnych, stawianie palisad, zasadzki, podchodzenia... Dziewczęta robiły moc pięknych rzeczy w imię Dobrej wróżki, która — niewidzialna — mieszkała między niemi: zbierały zapasy żywności dla wiewiórek, dla ptaków i dla myszek polnych; niszczyły chwasty, w szczególności oset, o którym mamusia im powiedziała, że jest plagą dla ciężko pracującego rolnika; urządziły własny ogródek, do którego zapraszały na spacery; zrobiły również własną zagrodę (między kilkoma drzewami, na czarownym wzgórku), która musiała być piękniejsza od obejścia „chłopaków"; przywiozły maleńkiemi taczuszkami do stóp wzgórka kupę bieluteńkiego polnego piasku i bawiły się w nim później całemi godzinami... Zawierz mi, należy dzieciom poddać — ten czy ów — dobry pomysł, pomóc cokolwiek w jego zrealizowaniu, wziąć bardziej moralny niż fizyczny udział w tem wszystkiem, a i dzieciaki będą kontente i ty pozbędziesz się „zmory". Czy wiesz, że ja na kolonjach też organizowałam coś podobnego: dawało bajeczne rezultaty.

— Zaraz jutro idę po taczki, łopatki i koneweczki dla dzieciaków. Orjentuję się, że te zajęcia będą nietylko zajmujące, ale i bardzo „zdrowe".

— Ocho! Widzę, że się zapaliłaś!

— Tak. Dziękuję ci serdecznie.

Janina Stawe.

Porady wychowawcze.

Dziecko nerwowe.

III.

W poprzednich Poradach omawialiśmy charakterystyczne cechy dziecka nerwowego, u ktorego przeważa nadpobudliwość uczuciowa. Dzisiaj podamy ogólne wytyczne, jakiemi kierować się należy przy wychowywaniu dzieci tego typu.

Przedewszystkiem należy unikać dla nich zbyt silnych wrażeń. Troska wychowawców powinna być głównie skierowana na usunięcie przyczyny wrażeń smutnych, albowiem wszelkie przykrości, nawet takie, na które normalni osobnicy prawie że nie reagują, przez omawianą kategorję dzieci, przeżywane są w sposób bardzo intensywny.

Bardzo ważną rzeczą będzie niedopuszczanie do twoszenia się afektów dziecka z otoczeniem. Albowiem, jak to już wiemy, omawiany typ młodocianych łatwo i silnie się wzrusza, co ze względu na wrażliwość układu nerwowego w okresie wczesnego dzieciństwa, jest dla ich zdrowia wysoce szkodliwe.

Należy duży nacisk położyć na to, żeby atmosfera w domu była spokojna i pogodna. Dziecko nie powinno być świadkiem burzliwych scen, czy kłótni domowników.

Postępować z dzieckiem należy stanowczo ale przytem łagodnie. Nie straszyć, nie karać zbyt ostro.

Jednakże nie możemy zapomnieć o tem, że dziecko trzeba przygotować do normalnego życia i dlatego bardzo ważnem jest uodpornienie go i wyrobienie w niem hartu ducha, aby lada przykrość nie wyprowadzała go z równowagi psychicznej.

Dla wyrobienia odporności uczuciowej przedewszystkiem należy zwrócić uwagę na samopoczucie dziecka. Pamiętajmy o tem, że wzmocnienie organizmu bardzo poprawia stan nerwowy młodocianych. Często ujemnie wpływa na samopoczucie pogłębione uczucie niższości, jakieś nurtujące poczucie winy. W tych wypadkach troska wychowawcy musi być skierowana na usunięcie tych czynników, które w rujnujący sposób wpływają na samopoczucie młodocianych.

Dla wyrobienia odporności uczuciowej ważną rzeczą jest również wzbudzenie w dziecku odwagi życiowej. Do tego celu bardzo pomocne okazują się np. różne gry ruchowe, gimnastyka, gdyż wyrabiają

one pewność siebie i wiarę we własne siły i możliwości.

Duży nacisk powinien był położony na ćwiczenia uczuć. Przeprowadzamy je w ten sposób, że stopniowo przyzwyczajamy dziecko do znoszenia drobnych przykrosci i do pogodnego stawiania czoła trudnościom życiowym.

W tym celu możemy przeprowadzić następujące próby: przyzwyczajmy dziecko do krótkiej nieobecności matki, a po tem do dłuższego z nią rozstania. Nauczmy dziecko odmawiać sobie pewnych drobnych przyjemności. Bardzo skuteczne okazuje się odwoływanie się do ambicji dzieci, tłomaczenie im przy nadarzającej się okazji, że są za dorośli, żeby przejmować się drobiazgomi, płakać i krzyczeć z powodu drobnej przykrości, lękać się ciemnego pokoju i t. p.

Specjalnie musimy podkreślić, że dla hartowania uczuć odpowiednia postawa otoczenia jest rzeczą pierwszorzędnej wagi.

Nadpobudliwość uczuciowa dziecka potęguje się jeszcze bardziej, wówczas, gdy np. wychowywane jest ono przez przeczuloną matkę, która żyje w ciągłej obawie, aby ukochanej dzecinie coś złego się nie stało i stale daje wyraz swojej przesadnej troski, gdy jakieś rzeczywiste czy urojone niebezpieczeństwo zagraża jej skarbowi.

Wrażliwość dziecka bardzo się

pogłębia, gdy wciąż słyszy przestrogi i uwagi następującego rodzaju: ubierz się cieplej, bo możesz się przeziębić; zdejm palto, bo się spocisz; nie jedz tego, bo ci zaszkodzi; musisz lepiej się odżywiać, bo mizernie wyglądasz. Albo: upadłeś, czy broń Boże, coś złego ci się nie stało? — Kaszlesz? Napewno musiałeś się przeziębić!

Gdy dzieci widzą, że otoczenie wciąż jest pełne obaw w związku z ich osobą i bardzo silnie reaguje na ich drobne niepowodzenie życiowe — potęguje się ich egocentryczne[1]) nastawienie, pogłębia nadwrażliwość uczuciowa i silnie wzrasta lękliwość. Odwrotnie zaś, gdy drobne niepowodzenia życiowa przyjmowane są z humorem bądź lekceważeniem, oni sami przestają zwracać na nie uwagę.

Jednakże dziecko musi zdawać sobie sprawę w tych wypadkach, że wychowawcy nie dlatego bagatelizują ich przykrości czy ból fizyczny, że przeżycia dziecka są dla nich obojętne, ale tylko z tego powodu, że pewne niepowodzenia w życiu są nieuniknione: np. kto chce nauczyć się chodzić czy ślizgać, ten musi być przygotowany na to, że nie raz straci równowagę i upadnie na ziemię. Siniak czy jakieś drobne zadrapanie jest wówczas na porządku dziennym i dlatego nie może to być powodem do jakiegoś niepokoju.

W walce z nadmierną wrażliwością uczuciową dużą rolę odgrywa rozwój uczuć społecznych. Uspołecznianie młodocianych dodatni wpływ wywiera na zmniejszenie ich egocentrycznego nastawienia. Zainteresowanie światem zewnętrznym i sprawami bliźnich odciąga dziecko od nadmiernego zajmowania się własną osobą i własnemi przeżyciami.

Stefanja Warszawska.

[1]) samolubne

SPROSTOWANIE.

W Nr. 11 M. M. w dziale „Porady Wychowawcze" zamiast „dziecko nadpobudliwe" powinno być „dziecko nerwowe"

Charakter

Szkic pedagogiczny.

Co setna matka wychowuje naprawdę. Co tysiączna zdaje sobie sprawę z wyrazu: charakter. Często młodzież, w wieku lat 15—20, chce w sobie wyrobić „charakter“. Jakże trudno wtedy idzie. Charakter musi być mozolnie kształtowany rękami matki — rzeźbiarza od pierwszego roku życia. A główną podstawą, głównem hasłem: żadnych kompromisów. Żadnych odchyleń i żadnych ustępstw.

Gdy rzeźbiarz na rok zarzuci swą rzeźbę, po roku stworzy już inne dzieło. Roku, ani dnia stracić nie może matka. Co jest główną podstawą, co jest cokołem w naszej rzeźbie? Prawdomówność. Zawsze i wszędzie. Nie nauczyć kłamstwa. Nie uniewinniać kłamstewek i blagi. Kłamie, bo ma fantazję — nie wolno. Kłamie, bo matka niedobra i surowo karze — nie wolno. Kłamie, bo chce kogoś osłonić — nie wolno. Kłamie, bo ma specjalny plan do przeprowadzenia — nie wolno. W żadnym wypadku, nigdzie, nikomu — nie wolno. A jeżeli pozwolimy, choć na jedno małe, malutkie kłamstewko, jeżeli choć raz okażemy pobłażliwość — to będzie kłamało, gdy dorośnie. Będzie kłamało, koloryzując swe przeżycia; będzie kłamało oszukując złego czy dobrego męża lub żonę; będzie kłamało, osłaniając cudze krętactwa, brudy, przestępstwa. Znam dwoje ludzi, którzy nigdy, nigdzie i przed nikim nie kłamią. Oceniają w nich tę zaletę wszyscy i ogólnym otaczają szacunkiem. Niema litości i pobłażania dla kłamstwa. Kto chce wyrobić w dziecku niezłomny charakter, niech o tem pamięta.

I niech nie posyła dziecka do drzwi frontowych z rozkazem: „powiedz, że mnie niema w domu“. Niech nie każe dziecku powiedzieć w szkole: „że np. byłeś chory, albo, że ja byłam chora i dlatego opuściłeś dzień lekcyjny“. Niech nie obiecuje dziecku, że się wróci za kwadrans, gdy się wychodzi na cały dzień. Niech się głęboko wdroży w pamięć dziecka, że lepiej dziesięć razy przemilczeć, nic nie odpowiedzieć, niż raz powiedzieć nieprawdę. Dziecka kłamiącego nie da się wychować na zacnego i prawego człowieka. Pierwszem więc przykazaniem, pierwszą bryłą gliny, pierwszem hasłem tworzenia charakteru jest — nie kłam.

A drugiem — bądź sobą i miej cywilną odwagę być sobą. Są dwa

typy ludzi: pierwszy uprzejmy dla swych szefów, pracodawców i władzy, a niemiły i przykry dla podwładnych; drugi raczej chłodny i powściągliwy dla swych władz, a serdeczny i grzeczny dla wszystkich, którzy od niego zależą i jego słuchać mają. O, niech wasze dziecko zawsze do tego drugiego typu należy! Bo niezależnie co mówią i piszą nowe księgi i nowe prawa— nie trzeba deptać swej duszy dla karjery i dolara. Trzeba żyć z ludźmi i dla ludzi serdecznie.

Nie zmuszajmy dziecka do wyjątkowej grzeczności dla bogatej cioci lub ustosunkowanej koleżanki. Zwykła uprzejmość i naturalne zachowanie wystarczy. Ale nie pozwólmy nigdy i w żadnym wypadku, by było przykre dla służącej, bony, szofera, biednego kolegi.

Niech jednym i tym samym uśmiechem obdarza nasze dziecko każdego z kim obcuje. Niech zawsze będzie sobą w radosny i szczery sposób. Niech się zachowuje przy stole, je ładnie, kłania grzecznie — zupełnie tak samo w gościnie u ministerjalnych krewnych i na przyjęciu u starej niani. Wtedy uchronimy duszę jego od fałszu i serce od kłamliwych uczuć. Bo jednak niezłomne, kryształowe charaktery istnieją na świecie. Mało jest ich, ale i mało matek ma czas i ochotę na wyrobienie w dziecku tego rodzaju charakteru. To tak łatwo powiedzieć: nie wykorzenię tej wady, bo to po ojcu. Nie odzwyczaję od lenistwa, bo to po matce. To u nas rodzinne — nie dam rady. A dlaczego w takim razie wychowanie podrzutków, przez ludzi, którzy je wychowują, daje tak dobre rezultaty? Bo ci, którzy adoptują dziecko, są najczęściej ludźmi miłującymi dzieci i pragnącymi poświęcić się ich wychowaniu. Charakter sam się nie wyrobi — trzeba człowieka wychować.

I. Mackiewicz Orłosiowa.

Gdy spotkasz matkę nie wiedzącą o istnieniu naszego pisma — Powiedz Jej, że Młoda Matka jest skutecznym doradcą w niejednej ciężkiej chwili.

Rozmowa.

Dorośli rzadko zdają sobie sprawę, jak kilkuletnie dziecko rozkoszować się jest zdolne świeżo nabytym, cudownym kunsztem mówienia.

Dla niego mowa ma różnorodne atrakcje. Bawi i cieszy sama technika mówienia, jako wyładowanie energji motorycznej, raduje dźwięk sam, rozkoszą jest upajającą wślad za słowem pojawiający się, barwny — jak żywy: obraz. Nas czasem niecierpliwi „bezmyślny" szczebiot — potok „nic nie znaczących", nie powiązanych w żaden sens wyrazów. My wiemy, że zdania te są wyrazem myśli, ale dziecko w danym wypadku nie troszczy się o wyrażenie żadnej właśnie logicznie związanej treści, ono ogląda coś w rodzaju obrazków dźwiękowych: mówi „wilk" — i najwyraźniej widzi wilka (z obrazkowej książeczki, której nie ma przed sobą), czyż to nie jest cudowne ,widzieć tak wszystko na zażądanie... jest i kura i jajko, i tatuś na siwym koniku, i król w koronie, i żółte na trawie gąsięta (choć może być śnieg i zima...).

Ale to dopiero jedna kategorja z szeregu doznawanych rozkoszy mowy. *Mówiąc coś do kogoś* zdejmuje dziecko z siebie przekleństwo samotności, która jest mu wstrętną. Mówi się do kogoś — od biedy do lalki, do pieska, do obrazka — i zadzierzga się nić sympatji pomiędzy sobą i choćby niemem stworzeniem, które staje się czemś bliższem: towarzyszem. Dlatego to dziecko tak chętnie i z takiem ożywieniem rozmawia „samo z sobą".

Ale te rozmowy to są tylko namiastki prawdziwej rozkoszy obcowania przez słowo — przez rozmowę w prawdziwym współrozmówcą! Małe dziecko łaknie i pragnie pogawędki z bliższą osobą, a tak często spotyka się z nieprzebłaganem skąpstwem na słowa z naszej strony. Owszem, niech powie, czego żąda, co mu dolega — czego potrzebuje, krótko, rzeczowo... Prawda, że się niezawsze ma czas i dość psychicznego spokoju na rozmawianie z małem dzieckiem, jednak sądzę, że gdybyśmy my, dorośli, wiedzieli, ile uciechy i korzyści dać można dziecku w swobodnej takiej gawędce, znalazłoby się na nią chwilę czasu.

Przedewszystkiem nie potrzeba na to specjalnie poświęconej godziny czy półgodziny. Wplata się to obcowanie z dzieckiem w tysiące

zajęć bądź domowych, bądź z samem dzieckiem związanych, jak czesanie, ubieranie, pomoc przy układaniu zabawek... Rozchodzi się tu zwykle nie o brak czasu, tylko raczej o nieumiejętność rozmawiania z dzieckiem, ale przecież można do tego się nałożyć, tylko niech zasadą naszą będzie, że w takiej rozmowie nie zamierzamy niczego specjalnego nauczyć dziecka, bo to nie „pogadanka", to gawęda, obcowanie zapomocą słowa. Czasem, siedząc sobie z ręczną jaką robótką, tyle tylko, że obok bawiącemu się malcowi zastąpimy misia czy kota. Opowiada nam coś, każe nam być koleją, pasażerem nieistniejącego pociągu, czarownicą, czy... krową. O ile nie prowokuje nas do „wymiany" poglądów, o ile intensywniejsza uwaga jest przy naszej robocie konieczną — wystarczy nam ta rola bierna...

Jednak my, dorośli ludzie, ileż znamy zawrotnie ciekawych, dziwnych i nieznanych rzeczy, jakie muzeum osobliwości złożyło w nas nasze życie długie, nasze zrozumienie faktów! Jesteśmy podróżnikami z dalekich, niezwiedzonych krajów, gdzie roi się od cudów... podzielmyż się tem i owem z żądnym wrażeń małym słuchaczem...

Wypowiadajmy się przed nim. Opowiadajmy mu o świecie i o sobie samych, najprostsze oczywiście wybierając uczucia, obrazy, myśli. Nauczy to naszego rozmówcę nietylko mówić, ale i wypowiadać się, z rozkoszą własne swoje światy nam też da poznać. Co do mnie, muszę przyznać, że bardzo, bardzo wiele ciekawych i nieznanych rzeczy odkryły mi takie właśnie z najmłodszymi pogawędki.

I choć zastrzegłam się, że w takich swobodnych rozmowach z dziećmi nie uważam za cel nauczania ich czegoś, czy moralizowania— nie wątpię, że czas i uwaga mu poświęcona, bynajmniej nie jest czemś bezwartościowem. Przedewszystkiem zbliża to wychowawcę do wychowanka, przyzwyczaja dziecko do ufnego obcowania z kimś starszym, kładzie fundament pod całą budowę wychowania, ufność i szczerość z jednej strony a głębokie zrozumienie z drugiej.

Tylko nie trzeba się zniechęcać wstępnemi trudnościami; nie trzeba narzucać danego kierunku rozmowie *z dzieckiem* — bo to nie ma być rozmowa *dla dziecka*, coś sztucznego, coś nieszczerego, „szczebiotanego", lepiej nawet być czasem niezrozumianą niż zatracić prostotę i szczerość, bo przecież właśnie o nakłonienie dziecka do ufnego wypowiadania się najbardziej nam tu idzie, a nie nauczymy tego inaczej, niż przykładem własnym.

M. Benisławska.

Czy wady charakteru są wrodzone?

Od dawnych czasów toczy się ciągle spór o to, czy wady sfery psychicznej, względnie charakteru są częściej wrodzone czy też nabyte. Jedni twierdzą że przeważnie wady te są wrodzone, podczas gdy inni są znowu zdania, że za wyjątkiem jakichś wybitnych zboczeń, stojących już na granicy patologji, wszelkie inne są nabyte, co naturalnie dla pedagogiki jest bardzo ważnem, gdyż nabyte zboczenia można zwykle łatwiej usunąć jak wrodzone, które nieraz niejako należą do całości kompleksu psychicznego danego osobnika. Psycholog Adler twierdzi np. że wady charakteru dziecka po większej części są nabyte taksamo, jak sam charakter, który uważa Adler za reakcję jednostki względem społeczeństwa.

Dla pedagoga kwestja ta jest bardzo doniosłą, zwłaszcza że nieraz rodzice usprawiedliwiają swe dzieci właśnie tem, że twierdzą, że dana wada psychiczna jest wrodzoną, ba, nawet dziedziczną.

Jak zwykle prawda i tutaj leży pośrodku. Zaprzeczyć się nie da, że bardzo często jakieś wybitne rysy charakteru i to tak dodatnie jak ujemne są wrodzone, podobnie jak np. uzdolnienie muzyczne, malarskie, techniczne itp. W jednej i tej samej rodzinie wychowuje się dwoje dzieci zupełnie w tych samych warunkach, chodzi do tych samych szkół, a mimo to jedno z tych dzieci jest w prowadzeniu łatwe, ma ładne rysy charakteru i wyjdzie na porządnego człowieka, podczas gdy drugie wykoleja się i mimo wszelkich środków ratunku staje się wyrzutkiem społeczeństwa. Od dawna już zwrócono uwagę na to, że podobnie jak w ciele mogą istnieć pewne defekty wrodzone, tak i w sferze duchowej może przyjść na świat człowiek, okazujący taki defekt w jednej np. sferze, będąc poza tem osobnikiem normalnym. Znaną np. jest sprawa tak zwanego defektu moralnego — moral insanity. Dziecko takie poza tem może być bardzo nawet zdolne, a mimo to, okazywać zupełny brak uczuć moralnych, obojętność względem rodziny, bliźnich, cierpiących i t. p. Adler słusznie zwraca uwagę, że bardzo często w razie jakichś defektów cielesnych i uczucia niższości innych, dany osobnik stara się defekt ten cielesny pokryć jakąś wybujałością psychiczną, tak np. wiemy, że garbaci są bardzo często gadatliwi, złośliwi i cyniczni, a podobnie ludzie, mający jakieś wady starają się je pokryć tem, że

są zarozumiali, próżni, któtliwi itd. Nieda się więc zaprzeczyć, że istnieje wiele wrodzonych wad charakteru, z czego jednak nie wynika żeby pedagogja nie mogła tu wiele uzyskać, owszem, może ona tu zdziałać dużo, ale pedagog musi pamiętać o tem, że dana wada nie jest zawsze właściwą wadą, lecz niejako pokryciem czegoś i dlatego póki właściwej przyczyny nie wyszukamy, póty nie możemy liczyć na to, że usuniemy, względnie zmienimy przez wychowanie wadliwe rysy charakteru. Taksamo przy wadach, nabytych trzeba poznać przyczynę, a nie wpływać tylko na dany objaw, który czasem jest zupełnie w danym wypadku obojętny. Jest to zupełnie analogiczne do leczenia cielesnego. Jeżeli ktoś kaszle to niekoniecznie będzie dla niego korzystne, gdy weźmie lekarstwo na zatrzymanie kaszlu, owszem, może mu to nawet zaszkodzić, bo leczyć przedewszystkie należy przyczynę wywołującą ten objaw i dlatego też każdy pedagog może tylko wtedy liczyć na skuteczność swej roli wychowawcy, gdy pozna dokładnie swe dzieci przy pomocy lekarza i psychologa czy psychotechnika, orjentuje się przytem dobrze w stosunkach rodzinnych dziecka, umie dokładnie odróżnić zboczenia wrodzone od nabytych i odpowiednio z nimi postępować. Rola takiego pedagoga jest za to może jedno z najpiękniejszych zadań społecznych.

Dr. Adolf Klęsk.

„Państwo obrażalscy".

Obserwacja zjawiska obrażania się.

I.

Do zjawisk mało zrozumiałych, występujących w okresie wczesnego dzieciństwa, należy bezwątpienia często obserwowane zjawisko *obrażania* się dzieci wzajemnie na siebie. Dorosłym zjawisko to wydaje się nader dziwne. Bowiem nieco starsze już dzieci, powyżej czterech, pięciu lat życia, garną się zazwyczaj całą duszą do zabaw z rówieśnikami. Najpiękniejsza i najwymyślniejsza nawet zabawka, nie jest w stanie stłumić w nich tęsknoty za towarzyszami zabawy. Zabawa w pojedynkę przestaje dziecku wystarczać i chociaż pierwsze próby zabaw zespołowych niewiele się jeszcze różnią od samotnych, jednak umożliwiają pewnego rodzaju wymianę myśli i uczuć. Okazuje się często, że dziecko, które jeszcze przed chwilą tak bardzo napierało się, aby je zaprowadzić do innych dzieci, zetknąwszy się z

niemi, natychmiast niemal odłącza się od nich zniechęcone i smutne.

— Obraziłem się! (Obraziłem się!) — mówi i ze skwaszoną miną odchodzi od bawiących się. Czasem wybucha płaczem i pragnie powrotu do domu.

Dlaczego się dziecko obraziło? Dlatego, że nie uzyskało upragnionej roli w zabawie, dlatego, że nie przyjęto go dość chętnie i t. d.

Oczywiście, że nie wszystkie dzieci i niezawsze się obrażają. Ale tych obrażliwych jest spora ilość.

Żeby nie mówić gołosłownie, przyjrzyjmy się jakiejś znajomej grupie bawiących się dzieci. Po krótkiej obserwacji będziemy mogli wyróżnić jednostki, które nigdy się nie obrażają i jednostki, które zwykle się obrażają. Odrazu rzucą się w oczy roześmiane twarzyczki wesołych, rozbawionych maleństw, które napewno nigdy się nie obrażą, oraz te inne—pochmurne, skwaszone, smutne, z minami wiecznie pokrzywdzonych ofiar, które obrażają się, w pojęciu innych „o byle co“.

Niektóre z tych, które się obrażają nie chcą ani chwili dłużej pozostać w pobliżu bawiących się rówieśników, inne po chwili rozwagi, nie mogąc oprzeć się przemożnej chęci współżycia z rówieśnikami, a bojąc się swoją dumę na szwank narażać, zwracają się zwykle do matki, ciotki i t. p. z prośbą:

— Przeproś mnie z nimi, mamusiu!...

Dla ilustracji opowiem, jak to razu pewnego pewna wychowawczyni przedszkola urządziła próbę, chcąc z powierzonej sobie grupki 7-ga dzieci wykryć „panów obrażalskich“.

Wychowawczyni nauczyła dzieci piosenki o strażakach, następnie zrobiła dla nich specjalne, „strażackie“ kaski z papieru. Pierwotnie zrobiła ich siedem, ale jeden zaginął przypadkowo: Wychowawczyni zamierzała urządzić inscenizację piosenki. Ponieważ nie starczyło jej czasu tego dnia, zabawę odłożyła do następnego dnia. Oznaczonego dnia wychowawczyni wyjęła z szafki kaski, położyła je na stoliku i powiedziała dzieciom:

— Niech każde weźmie jeden dla siebie!

Dzieci rzuciły się hurmem do stolika. Każde usiłowało pochwycić dla siebie najładniejszy kask. Okazało się, że kasków było za mało. Zabrakło dla Mańka, który natychmiast się obraził i odsunął od bawiących. Czuł się wyraźnie pokrzywdzony. Nie chciał wcale słyszeć o tem, że wychowaczyni zrobi mu inny, nie chciał przyjąć kasku od jednego z wyrozumialszych kolegów.

Nic nie pomogło. Maniek nie wziął udziału w inscenizacji piosenki.

Następnego dnia wychowawczyni znów zrobiła próbę. Ustawiła teraz dzieci, w ten sposób, aby Mańkowi udało się tym razem schwycić kask.

Tego dnia zabrakło kasku dla małego, wesołego Heńka. Można było przypuszczać, że malec się obrazi, jak Maniek. Ale nic podobnego. Sześcioletni chłopczyk stwierdził tylko głośno nie ulegający wątpliwości fakt:

— Nie mogę być strażakiem, bo nie mam kasku. Ale to nic. Będę szoferem waszego wozu pożarnego. Szofer nie potrzebuje kasku. Wystarczy mi moja czapka.

To mówiąc malec wziął swoją czapkę, opuścił nauszniki i po chwili przystosował czapkę do celu zabawy. Następnie usiadł na przedniej ławce i zwrócił się do kolegów:

— Strażacy! Usiądźcie ztyłu! Ruszamy! — i złożył rączki w trąbkę, przyłożył je do ust i udawał, że trąbi:

Dopiero po tym wstępie zaczęły dzieci śpiewać ową „strażacką piosenkę".

Po drugiej próbie wychowawczyni zrobiła trzecią.

Tym razem Staśkowi nie udało się pochwycić strażackiej czapki. Stasiek, obraził się początkowo, ale po chwili wrócił do bawiących się.

Wybrałam umyślnie trzy typy dzieci o krańcowem sposobie zachowania się: Mańka, Heńka i Staśka. Poświęćmy im chwilkę uwagi. Zaczniemy od Staśka.

Stasiek jest to dziecko, które chce górować nad innymi. Jeżeli uzyskanie jakiegoś wyższego stanowiska nie przychodzi mu z trudnością, przybiera minę pełną skromności łaskawego władcy. O ile zaś napotka na swej drodze jakieś przeszkody, nie zawaha się przed żadnym środkiem, który umożliwi mu osiągnięcie swego celu. Gdy siła fizyczna zawiedzie, nie gardzi poniżaniem ani wyśmianiem współzawodnika. Dopiero, gdy wszystkie środki zawiodą, początkowo odchodzi od towarzyszy, do których jednakże wraca, bo nie może znieść samotności. Nawiasem mówiąc, Stasiek nie uchyli się od żadnej pracy, ani wysiłku, bylcby wykazać swoje znaczenie, siłę lub zręczność. Zarówno więc wysili się, aby pięknie ozdobić swój kask strażacki, jak zawiąże koledze sznurowadło, bo przecież nie każdy rówieśnik tego dokaże. Stasiek, to krótko mówiąc, typ przyszłego działacza społecznego, organizatora, prowodyra.

Heniek jest typem innego pokroju. Ani nie pragnie górować nad innymi, ani nie chce ulegać im. Nie wyobraża sobie, aby los kiedykolwiek uwziął się przeciw niemu. Nigdy nie czuje się pokrzywdzony. Mało myśli o sobie. Interesują go napotkane rzeczy i zjawiska. Znalazłszy się w obliczu nowej jakiej sytuacji, zastanawia się i dąży do opanowania jej. Nigdy nie traci otuchy. Jeżeli zabrakło dla niego czapki strażackiej, może wykorzystać swoją i zostać — szoferem. (w wyżej wym. przykładzie). I w ten sposób rozszerza i wzbogaca treść zastanej sytuacji (zabawa w

strażaków). Umie tak wyzyskać tę swoją, pozornie niekorzystną sytuacją, że towarzysze zaczynają mu jej zazdrościć.

Zachowanie się Heńka przypomina zachowanie się artysty, który czerpiąc z rzeczywistości, przetwarza, przekształca i wzbogaca ją.

Zupełnie inaczej zachowuje się dziecko typu — Mańka.

Maniek nigdy nie ocenia faktów objektywnie. Na wszystko patrzy z osobistego punktu widzenia. Jeżeli nie powiedzie mu się w czemś, czuje się osobiście dotknięty, pokrzywdzony. Nieuzyskanie np. czapki strażackiej jest dla niego nieszczęściem, tragedją niemal. Maniek jest bowiem dzieckiem o t. zw. poczuciu mniejszowartościowości, dzieckiem, któremu się zdaje, że jest gorsze od innych, że jest specjalnie jakoś upośledzone przez los. Doświadczenia pierwszych lat życia w wieku od 2 do 3 roku, odczute, jako niepowodzenia życiowe (niedocenianie go na korzyść młodszego dziecka, słabość fizyczna i t. d.) pozostały w nim, jako nigdy całkowicie niezabliźniona rana, którą najmniejsze nawet dotknięcie boleśnie uraża.

* * *

Przechodząc do ogólniejszych wniosków, można powiedzieć, że zjawiska obrażania się dzieci nie zawsze należy traktować, jako zjawiska bez głębszego znaczenia. Obrażanie się nie jest bowiem zwykle tylko reakcją na pewną sytuację życiową, lecz jest *skutkiem* postawy życiowej dziecka wobec świata. Jeżeli więc jakieś dziecko, jak np. Maniek często obraża się, znaczy to, że na mocy swego dotychczasowego doświadczenia, skłonne jest doszukiwać się wszędzie niepowodzenia i pokrzywdzenia. Dziecko mocniejsze duchowo, ambitniejsze, typu — Staśka, da sobie w końcu jakoś radę (nie w jednem, to innem środowisku) zaś dziecko duchowo słabsze, typu Mańka, czasem, jako zbyt przewrażliwione, czasem, jako poprostu źle uposażone przez naturę, należy wziąć pod specjalną opiekę.

Stefanja Lewartowicz.

(d. c. n.).

Następny numer Młodej Matki. ukaże się w dniu 10 sierpnia b. r.

LECH PIWOWAR.

PTAK

Słodki sen w cieniu młodej jabłoni
huśtał miękko, jak złota kołyska,
gdy z gałązki ponad główką, zbliska,
ptak, jak woda pod słońcem, zadzwonił.

Sen się uniósł, jak obłok, do góry
i rozpłynął szmaragdową plamą,
ale wszystko zostało taksamo:
ptak wciąż wołał z drzewa, niby z chmury.

Jasne oczy w ciemnem zachwyceniu
patrzą w niego, topniejąc niebiesko, —
ze snu w sen przepłynęło dziecko
za tym ptakiem, co śpiewał w zieleni.

Nie straszmy dzieci doktorem.

Są domy, w których na każdą niepożądaną okoliczność używa się w stosunku do dziecka odpowiedniego straszaka. Na porządku dziennym wywoływane są cyganki, dziady, policjanci, zabierający niegrzeczne dzieci, czasem baby jędze, żydzi i t. p. Niejednokrotnie już było podejmowane, jak wielką, niepowetowaną szkodę powoduje taka metoda, jak oddziaływa na system nerwowy, wyobraźnię, jak wypacza stosunek dziecka do otoczenia. Zamiast współczucia dla nędzy — dziad, żebraczka wywołuje nienawiść, na podłożu straszenia innemi narodowościami zawiązuje się do nich antypatja, straszenie babą jędzą rozbudza w niewłaściwym kierunku zainteresowanie

światem naprzyrodzonym, rozwija tchórzostwo; biedny policjant, czy kominiarz, zamiast uznania za swoją pracę dla bezpieczeństwa ogólnego — otrzymuje porcję niechęci i nieufności. Dziecko „straszone" traci pewność siebie, zaczyna obracać się w świecie okropnych manjaków, a fantazja rozwija się niewłaściwie i może się wyrodzić w psychozę.

Ale najszkodliwsze może, bo często połączone nawet z niebezpieczeństwem dla zdrowia fizycznego jest „straszenie doktorem".

„Tadziu, jak nie będziesz jadł, to pan doktór rozerżnie ci brzuszek, żeby zobaczyć, czemu nie masz apetytu". „Muszę ja poprosić doktora o gorzkie lekarstwo na grzeczność, bo już trudno z tobą wytrzymać". „Nie biegaj, spocisz się, przeziębisz, zaboli cię gardziołko i doktór wsadzi ci do buzi taką łyżkę". I gdy nadchodzi moment, który jednak musi przeżyć każde dziecko, kiedy trzeba istotnie skorzystać z porady lekarza, rozpoczyna się męka dla wszystkich, biorących w tem zdarzeniu udział. Przerażone, spodziewające się jak najgorszych rzeczy ze strony doktora, dzecko broni się rozpaczliwie; rodzice, poniewczasie, starają się przekonać synka czy córeczkę, że pan doktór jest dobry, że nie będzie bolało, że to trzeba koniecznie, bo będzie gorzej, a lekarz traci czas, denerwuje się i, co najgorsze — ma utrudnione, a czasem nawet udaremnione zadanie.

Może się komuś wydawać, że zbyt wielką wagę przypisuję pozornie małoznaczącemu faktowi: cóż, że dziecko broni się, krzyczy? Przecież doktór umie sobie radzić ze swymi pacjentami, zresztą ma zapewnione poparcie rodziny, śmiesznem więc byłoby przypuszczać, że proces badania i ustalenie rozpoznania może ucierpieć naskutek oporności małego pacjenta.

A jednak bywają wypadki, kiedy taka oporność może bardzo zaszkodzić. Weźmy, naprzykład, przypadek zapalenia wyrostka robaczkowego: lekarz musi złapać chwilę spokoju, gdy dziecko nie rusza się i nie krzyczy, wtedy bowiem tylko może stwierdzić typowe dla cierpienia objawy. W przypadkach ostrego zapalenia wyrostka robaczkowego każda godzina jest droga i może zadecydować o życiu dziecka. A słyszałem już o wypadku, gdzie dziecko badane przez kilku lekarzy, w ciągu dwuch dni uniemożliwiało ustalenie djagnozy, i operacja została dokonana, jak to się mówi w „ostatniej chwili".

Nie straszmy więc dzieci lekarzem! Nie straszmy ich wogóle, o ile chcemy, żeby były zdrowe pod względem psychcznym i fizycznym.

M. P.

Ze skrzynki do listów.

Dla dzieci drobnych letnisko blisko, dla dzieci dorosłych może być dalej.

Pani Janinie B. w Białej Podlaskiej.

Projektowi Pani należy przyklasnąć. Owszem, niech Pani jedzie ze swoim sześcioletnim Jurkiem na Huculszczyznę i podziwia wraz z nim piękno tamtejszych okolic.

Ja przecie nie odradzałem wyjazdu w okolice podgórskie lub górskie w jednym z poprzednich numerów „Młodej Matki". To nieporozumienie. Twierdziłem tylko i nadal utrzymuję, że z niemowlętami lub dziećmi drobnemi nie powinno się wyjeżdżać zbyt daleko od miejsca stałego pobytu.

Dla dzieci w tym wieku wystarczy wieś zwykła, niezbyt oddalona i nieuciążliwa dla podróży, oddalona co najwyżej godzinę — dwie od miasta. Polska wieś zwykła może wystarczyć jako letnisko i dla starszych dzieci — szkolnych i przedszkolnych, nie można jednak zaprzeczyć, że klimat gorski lub podgórski ma większą wartość dla zdrowia, niż klimat nizinny. Doświadczenie uczy, że w górach wymizerowane dzieci szkolne i przedszkolne szybko poprawiają się, prawie na oczach. Rodzice są często mile zaskoczeni, że dziecko, które przed tem jadło jak z łaski, zaczyna jeść na potęgę już nieraz po dwóch—trzech dniach pobytu w górach. A po kilkudniowym tam pobycie wraca czerstwe, rumiane, opalone, zdrowe, roześmiane i z wagą wyższą o kilka kilogramów, niż przed wakacjami.

Jeżeli chodzi o dobroczynny wpływ klimatu górskiego na zdrowie dzieci, to pod tym względem rodzice prawie nigdy nie doznają zawodu.

Poza doskonałym klimatem okolice podgórskie, czy górskie bogate są w duże przestrzenie, które dzieci mogą doskonale wykorzystać. Tam mają one dużą swobodę, mogą więc całkowicie wyładowywać swoją energję.

To też nie tylko do dorosłych, ale i do dzieci starszych można użyć słów wieszcza: „w góry, w góry, miły bracie, tam swoboda czeka na cię"!

A Pani 6-cio letni Jurek, to już omal że nie starsze dziecko. A ponieważ wedle opinji lekarskiej dla Pani zdrowia pobyt w górskim klimacie jest potrzebny, więc dobrze się składa i słusznie Pani postąpiła, że zdecydowała się jechać tam wraz z Jurkiem.

Co innego jest z niemowlętami lub drobnemi dziećmi.

Przeczyste górskie powietrze

i zdrowy klimat na ich zdrowie wywrze również dobroczynny swój wpływ. Ale cóż z tego, kiedy daleka podróż w dusznych i przepełnionych wagonach tak je zwykle zmęczy, że podróż taką odchorują i korzyści z ich pobytu w górach idą najczęściej namarne.

Różnobarwną górską roślinność, piękno wodospadów i głośny szum górskich potoków potrafią już dostrzec i podziwiać dzieci w wieku Jurka i starsze, ale nie dostrzegą tego przecież niemowlęta i drobne dzieci, bo dla nich ciekawszy jest złocisty piasek, kwiaty polne na łące lub kamyczki na brzegu wiejskiego strumyka. A zwierzęta i ptactwo domowe będzie je więcej interesowało, niż bogaty krajobraz górski.

Na rówieśników Jurka, lub dzieci od niego starszych urok cudnych zakątków górskich potrafi już wywrzeć, jak na dorosłych, niezatarte wrażenie, potrafi wydobyć z nich zachwyt i poruszyć ich poczucie estetyczne.

Na tle zatem przepięknej przyrody, pod niezbyt czujną kontrolą swojej mamusi, będzie się uwijała półnaga — bo tylko w trykotach i trepkach — sylwetka małego Jurka napewno w towarzystwie świeżo zaprzyjaźnionych rówieśników. Niech bawi się, niech będzie wciąż w ruchu, niech oddycha zdrowem, czystem powietrzem górskim.

Głód będzie go często odrywał od towarzyszy zabaw, a uradowana mamusia z podręcznej torebki będzie częstowała swego pupila bułeczką z masłem, smaczną kanapką lub owocami. Niedalekie, krótkie wycieczki mogą odbywać się w towarzystwie Jurka, ale te dalsze, to mozolne, uciążliwe zdobywanie szczytów górskich lepiej robić bez Jurka, bo to dla niego będzie zanadto męczące.

Dr. S. Średnicki.

Odpowiedzi na listy rodziców.

Treści higjenicznej.

1. *Pani E. Żupańskiej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

2. *Pani M. Skotnickiej.* 20-miesięczne dziecko może jeść brzoskwinie, morele, melony, kawony, winogrona (bez pestek i skórki). Ale poco uciekać się do egzotyków, kiedy w tej chwili wystarczą mu truskawki, maliny, poziomki, czarne jagody, później jabłka, gruszki i śliwki reine-Claude'y.

3. *Pani H. Nikołajewowej.* 3-miesięczne żywione sztuczne dziecko powinno w tej chwili dostawać 6 × po 130—150 gr. mieszanki — mleko, klej owsiany 2 : 1 + 1½ łyż. od

herb. cukru na 100 gr. mieszanki. Surowe soki można mu dawać z marchwi, cytryny, pomidorów w ilości od ½ do 3—4 łyż. od herb. dziennie w 2 porcjach. Przeciętna waga 3-miesięcznego dziecka wynosi 5,5 do 6 kilo. Waga starszego Pani synka jest zadawalająca.

4. Pani R. Zalewskiej. Aby zwalczyć pleśniawki u synka Pani, trzeba wytrzeć mu parę razy w buzi rozczynem boraksu w glicerynie. Rozczyn ten powinien być przynajmniej 20%, słabsze prawie nie działają. Wystarczy wycierać raz jeden dziennie w przeciągu 3 lub 4

dni. Pozatem bezwzględnie należy skasować smoczek. Bez tego wyleczenie pleśniarek jest bardzo trudne.

5. *Pani N. Chaberskiej.* Większość dzieci w pierwszych miesiącach życia zezuje. Niema więc w tem nic złego. Wada ta z czasem się wyrówna.

6. *Pani S. Jankowskiej.* Zarazek odry jest tak lotny, że dziecko, które stykało się z chorym odrowym, napewno na odrę zachoruje, o ile tylko przedtem na nią nie chorowało. Wszczynanie jakiejkolwiek akcji zapobiegawczej w tej chwili jest niecelowe.

7. *Pani Sopoczkowej.* Niestety w tej sprawie musi Pani się zwrócić do specjalisty chorób skórnych.

8. *Pani R. Ignatowiczowej.* Wobec upałów 8-mio miesięczny Pani synek musi być ubierany jak najlżej. Wystarczy mu cienka koszulka i pielucha trójkątna. Przykrywać go można prześcieradłem bądź też pieluchą. Temperatura kąpieli może wynosić 33—34° C. Pić mu należy dawać tyle, ile chce.

9. *Pani S. Cybulskiej.* Odstawiać dziecko od piersi w tej chwili pod żadnym pozorem nie wolno, nawet gdyby pokarmu było, jak to Pani mówi, tylko parę łyżeczek. Mieszanka, uzupełniająca pokarm, może być dawna, to znaczy mleko pół na pół z klejem ryżowym lub owsianym. Radzimy tylko wobec skłonności malca do wolnych stołeczków, zastąpić mu zwykły cukier Nutromaltem Wandera. Preparat ten można dawać w ilości 1—1½ łyżeczki od herbaty na 100 gr. mieszanki. Pozatem mieszankę należy dosładzać sacharyną, gdyż Nutromalt jest preparatem mało słodkim. Ponieważ synek ma 6 tygodni porcja poszczególna przy 6 posiłkach na dobę powinna wynosić 120 gramów (pokarm + mieszanka).

10. *Pani S. Maszyńskiej.* Radzimy przedewszystkiem ostrzyc 7-mio miesięcznej córeczce włosy. Wówczas ciemieniucha da się łatwo zmyć.

11. *Pani M. Spychalskiej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

12. *Pani M. Żaczkowej.* Niestety 1½-roczna córeczka Pani powinna i w lecie nosić trzewiczki długie, sznurowane z wklejkami. Jeśli tego nie będziemy robili, stopa ponownie może się zniekształcić.

13. *Pani Auerbachowej.* Sądząc z opisu, dziecko jest zupełnie normalne, waga jego jest dobra, wzrost również nie odbiega od norm przeciętnych.

Treści pedagogicznej.

14. *Pani Marji Kobylińskiej.* Nie należy dziecku za dużo perswadować i wciąż mu zwracać uwagę. Gdy jest nieznośne, postarajmy się zainteresować je czemś. Zorganizowanie odpowiedniej zabawy jest w danym wypadku rzeczą bardzo wskazaną. Unikać należy również zbyt dużej ilości zakazów. W tym celu należy np. doniczki z kwiata-

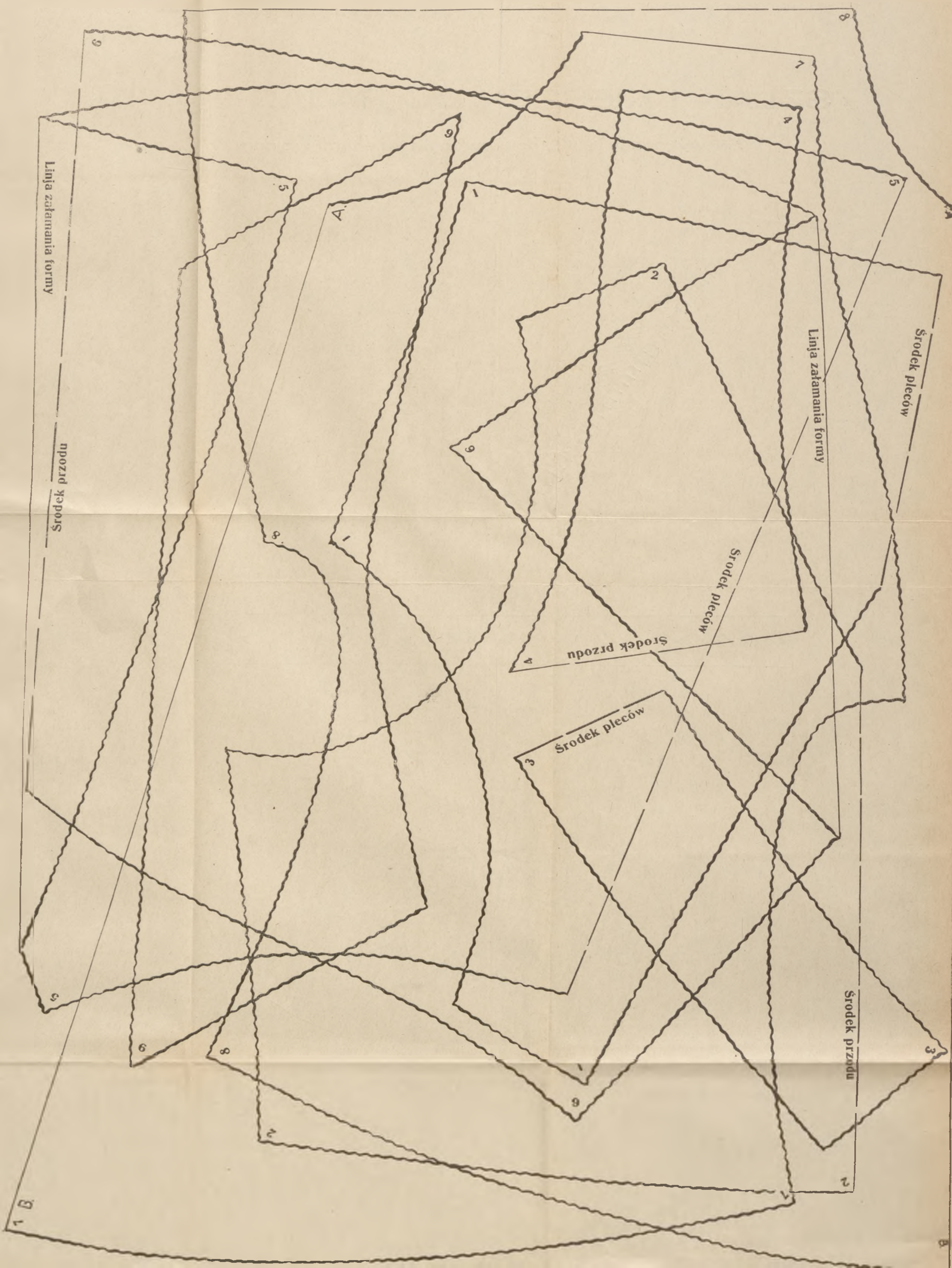
mi w pokoju dziecinnym umieścić na wysokich półkach, aby nie mogła je dotknąć rączka dziecka. Lepiej nie puszczajmy naszych pociech do pokoju, gdzie są różne kosztowne rzeczy, aby nie narazić je na następujące uwagi: tego nie rusz, bo możesz zepsuć, tamtego nie bierz do rąk, bo zabrudzisz i t. p. Wychowawca musi pamiętać o tem, że ciągłe upominanie dziecka pobłębia w niem poczucie mniejszej wartości, wzbudza lękliwość i nierzadko wywołuje nadmierny upór.

15. Pani Wandzie Zielińskiej. Trudności z jedzeniem występują często u dzieci nadmiernie pieszczonych, które zdają sobie sprawę, jak bardzo rodzicom zależy, żeby się one dobrze odżywiały. Radziłabym Pani nie okazywać swej jedynaczce, że mamusia przywiązuje dużą wagę do pożywienia Zosi. Gdy córeczka zbyt grymasi z jedzeniem, lepiej niech głodna odejdzie od stołu, gdyż nie należy zbytnio folgować jej zachciankom. Dziecko powinno się przyzwyczaić jeść to, co dostaje.

O ile Zosia specjalnie nie lubi jarzyn, to radzimy przyrządzać jej różne jarzyny w formie kotlecików. Np. kotlecik ze szpinaku bardzo przypomina kotlet z mięsa. Nie należy jednakże uprzedzić dziecka, z czego jest ta potrawa zrobiona. Niech jej się wydaje, że je ulubione przez siebie mięso.

Dwutygodnik „MŁODA MATKA“ Nr. 13-14 1935 r.

Sukienka plażowa.



SZLAK I KIESZEŃ DO PAJACYKA

Wzór wykonany żyłką, dzierganiem i ściegami wolnemi.

